

مراقبت های بعد از سزارین



مرکز آموزشی درمانی سینا رضایی آشتیانی

واحد آموزش دفتر پرستاری

۳۰ تیر ۱۴۰۵



- تا ۴۰ روز از نزدیکی خودداری نمایید.

- ورزش های شکم را از هفته دوم بعد از عمل به صورت آرام شروع کنید.

- روز هشتم بعد از عمل برای کشیدن بخیه و معاینه نزد

پزشک خود یا مرکز بهداشتی-درمانی مراجعه نمایید.

- از خوردن غذا های نفاخ پرهیز نمایید و در عوض آب و مایعات و سبزیجات استفاده کنید.

- زمان شروع تغذیه نوزاد

- بعد از هوشیاری بلافاصله تغذیه نوزاد را با شیر خود شروع کرده و تا ۶ ماه بعد از تولد فقط تغذیه با شیر را ادامه دهید در این مدت تنها از شیر مادر به طور مکرر و بر حسب میل و تقاضای او استفاده نمایید.

(حتی از آب هم استفاده ننمایید)

سزارین:

به خروج جنین از محل برش جدار شکم و دیواره رحم سزارین میگویند.

مراقبتهای بعد از سزارین:

-بعد از عمل شما باید سرفه های موثر داشته باشید بنابراین با گذاشتن دست بر روی بخیه ها و فشار مختصری به آنها ابتدا نفس عمیق میکشید و سپس سرفه نمایید این عمل را چند بار در روز انجام دهید.

-در صورت داشتن درد ابتدا سعی کنید با منحرف کردن فکر و صحبت کردن با دیگران و یا کشیدن نفس های عمیق و شل کردن عضلات از درد خود بکاهید. و در صورتی که با این اقدامات درد شما کم نشد به پرستار مربوطه اطلاع دهید تا در صورت تجویز پزشک برای شما مسکن تزریق نماید.

-پاهای خود را مرتباً در تخت حرکت دهید تا از ایجاد لخته ی

خون در رگ ها جلوگیری نمایید.

-بعد از اینکه سوند و سرم شما کشیده شد ابتدا مایعات مصرف نمایید(ترجیحاً مایعات شیرین)سپس با کمک همراه در تخت بنشینید و بعد از چند دقیقه پاهای خود را به مدت ۱۰ الی ۱۲ دقیقه از تخت آویزان کرده و در صورتی که سرگیجه نداشتید از تخت خارج شوید.

-مطمئن باشید که با تکان خوردن در بستر به بخیه شما صدمه ای نمیرسد.

-در صورت تجمع گاز در شکم و یبوست لازم است ابتدا بیشتر حرکت کرده تا گاز ها خارج شوند و اگر موثر نبود پرستار را مطلع نمایید .

-بدون اطلاع از دارو ملین استفاده نکنید.

-بعد از تزخیص میتوانید از دوش گرم استفاده نمایید در هنگام

حمام کردن بهتر است به صورت سرپایی دوش بگیرید و از نشستن به مدت طولانی پرهیز کنید و از مالیدن مواد چربی و غیره روی ناحیه عمل و خط بخیه ها حتما خودداری نمایید و تنها کمی کف صابون ناحیه عمل را شستشو دهید و آبکشی کنید.

-از انجام پانسمان غیر بهداشتی روی ناحیه عمل خودداری نمایید.

-در صورت مشاهده ترشحات چرکی و خونی در ناحیه عمل و یا تب به پزشک خود مراجعه نمایید.

-در صورت خونریزی شدید حتما به پزشک مراجعه نمایید.

